

**Miércoles  
10  
de noviembre**

**Tercero de Primaria  
Ciencias Naturales**

*Nuestro cuerpo es, literalmente, un  
manejo de nervios*

**Aprendizaje esperado:** *Relaciona los movimientos de su cuerpo con el funcionamiento de los sistemas nervioso, óseo y muscular.*

**Énfasis:** *Observar diferentes modelos para observar la presencia de nervios en todo el cuerpo.*

**¿Qué vamos a aprender?**

Aprenderás a identificar los movimientos de tu cuerpo con el funcionamiento de los sistemas: Nervioso, óseo y muscular, así como los diferentes modelos para observar la presencia de los nervios en todo el cuerpo.

Alguna vez has jugado a “echar volados” para ganar algo.



## ¿Qué hacemos?

Observa la siguiente dinámica y si te es posible llévala a cabo en casa con algún miembro de tu familia:

Habrán dos jugadores uno de ellos lanzará una moneda y el otro jugador pide águila o sol, y viceversa.

Para elevar el reto de “echar volados” deberán de mantener el equilibrio en un solo pie al mismo tiempo que lanzan la moneda al aire durante 30 segundos, cada uno deberá de realizar la dinámica. Después dialoga con quien te acompaña sobre las siguientes preguntas:

Para esta actividad puedes consultar tu Libro de Texto de Ciencias Naturales, pág. 21 y responder.

Juguemos

**Analiza.**

Hagan espacio dentro del salón; cada quien lance y atrape una moneda; láncela en diferentes direcciones.  
Ahora mantengan el equilibrio sobre un pie durante 30 segundos.  
Analicen detenidamente los movimientos que realizaron.  
¿Cómo hicieron para atrapar la moneda?

---

¿Cómo pudieron mantener el equilibrio?

---

¿Tuvieron que pensar para realizar los movimientos?


---

¿Cuánto tiempo les llevó hacerlos?

---

¿Qué parte del cuerpo dirige los movimientos?

---



<https://libros.conaliteg.gob.mx/20/P3CNA.htm?#page/21>

¿Has escuchado la frase “un manojo de nervios”? ¿Sabes por qué se le dice a alguien que es un “manojo de nervios”?

Eso se dice cuando alguien responde inmediatamente de forma muy acelerada o pronta ante algún factor externo.

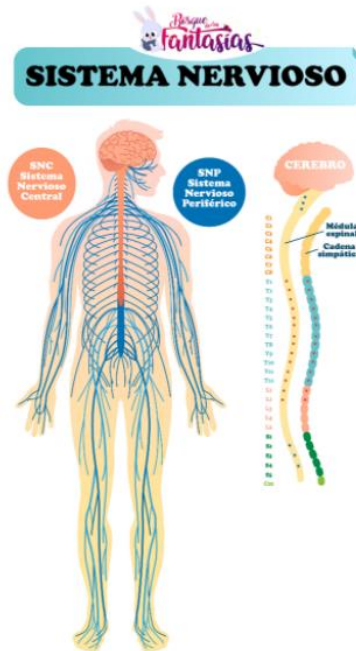
Y se dice así “manojo de nervios” porque precisamente son los nervios que tienes en tu cuerpo los que hacen que reacciones ante todo tipo de estímulos externos que pueden amenazar a tu cuerpo.

Para conocer más sobre el tema puedes consultar tu libro de texto de Ciencias Naturales, 3º de Primaria, pág. 21 donde encontrarás más información sobre el tema “Sistema nervioso”.

<https://libros.conaliteg.gob.mx/20/P3CNA.htm?#page/21>

Si no lo tienes a la mano, puedes consultar otros libros que tengas en casa o en Internet, para saber más.

Reflexionar y dialogar respecto a que, sin querer piensas los movimientos que realizarás, pero es tan rápido que no eres conscientes de ello, sólo unas partes de tu cuerpo lo saben, estas son el **cerebro y los nervios**, es decir el **Sistema Nervioso**.



¿Sabías que cuando juegas a lanzar unas monedas, tu cerebro imagina y calcula su recorrido para atraparla?

Para mantener el equilibrio, tu cerebro identifica hacia dónde se inclina tu cuerpo y manda la orden a tus piernas y brazos para compensarlo, moviéndolo hacia el lado contrario.

Entonces ¿Quién es el responsable de dar las órdenes al cuerpo para realizar todas las acciones? Recuerda un poco los temas de clases pasadas esto te ayudará a seguir aprendiendo con mayor énfasis cómo funciona el sistema nervioso.

El cerebro es cómo el jefe de todo tu cuerpo es el que da las órdenes a todos los músculos y órganos para poder funcionar adecuadamente y, sobre todo, para responder a estímulos externos.

Para realizar los movimientos anteriores y todos los que el cuerpo hace, el sistema nervioso analiza cada situación y coordina a los sistemas óseo y muscular.

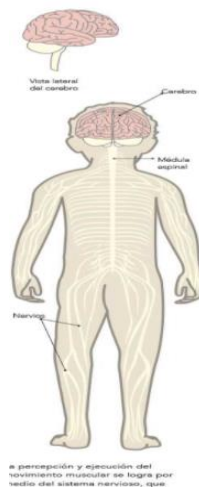
Para aprender sobre el sistema nervioso es necesario ponerlo a prueba y para ello se requiere hacer dos actividades:

1. Jugar con una pelota lanzándola de un lado a otro conservando el equilibrio para después identificar la clara coordinación de los sistemas antes mencionados.
  2. Poner una franja del ancho de un zapato en el piso para jugar a mantener el equilibrio. Se avanza en la línea, sin salirse, saltando con un solo pie; de ida se salta con el pie derecho, de regreso con el pie izquierdo. También se puede caminar de reversa y otra opción es colocar gises en distintos puntos de la franja y deberás levantarlos pisando sólo con un pie y utilizando el brazo contrario al pie con el que se sostiene, no se puede doblar la rodilla. Para tomar los gises se puede pedir que levanten con dedo índice y pulgar o con dedo medio y pulgar o con el puño, estas son variantes que enriquecen la actividad.
- ¿Cómo supo tu brazo y tu rodilla que se tenía que mover de tal manera?
  - ¿Por qué utilizaste unos dedos y no otros?
  - ¿Quién le dijo a tu rodilla que no debía moverse?
  - ¿Cómo supo tu cuerpo qué era lo que tenía que hacer?

El sistema nervioso, a través del cerebro, envía las órdenes al cuerpo para mover las piernas, cabeza, manos, dedos y todo de manera voluntaria e intencional, es decir, el cerebro sabe lo que necesita para lograr algunos movimientos en particular.

A través de los nervios, esas órdenes llegan a todo el cuerpo.

Observa las imágenes del sistema nervioso que están en el Libro de texto Ciencias Naturales en la pág. 21.



<https://libros.conaliteg.gob.mx/20/P3CNA.htm?#page/21>

Para coordinar todo movimiento, el cerebro es el que indica a todos los sistemas con ayuda de esos impulsos eléctricos y neuronas.

Para aprender las partes de esquema del sistema nervioso, investigar una imagen sin nombres, pídele apoyo a papá o a mamá, para que tú le puedas poner los nombres correspondientes a cada parte.

Puedes utilizar también, tarjetas del tamaño de los espacios del esquema o anotar el nombre de las tres partes principales del sistema nervioso: **Cerebro, médula espinal y nervios.**

Es importante tener activo el sistema nervioso todos los días, para que las neuronas estén listas y al pendiente por si se requiere realizar movimientos voluntarios como tomar la cuchara al comer o saber qué músculos y partes del cuerpo se tienen que mover para bañarte y ponerte la ropa.

Cuando realizas las actividades, el cerebro que es como el jefe, por medio de los nervios que están por todo el cuerpo, envía señales a los huesos, músculos y ligamentos para que actúen. Este mecanismo actúa tan rápido que no te das cuenta.

## **El Reto de Hoy:**

Puedes repasar con tú esquema del sistema nervioso los nombres para que más adelante los puedas identificar con facilidad.

Pega este esquema del sistema nervioso en tu cuaderno, y el que aparece en la página 21 de tu libro de texto gratuito.

Realiza en familia la actividad de echar volados y responder las preguntas que se encuentran en la parte inicial de esa misma página del libro de texto de Ciencias Naturales, 3° de primaria.

Si te es posible consulta otros libros y platica con tu familia lo que aprendiste, seguro les parecerá interesante y te podrán decir algo más.

**¡Buen trabajo!**

**Gracias por tu esfuerzo.**

**Para saber más:**

<https://www.conaliteg.sep.gob.mx/>